

# DROGA DO ZDROWIA

NUMER 6 CZERWIEC 1937 ROK

# DROGA DO ZDROWIA

CZASOPISMO POŚWIĘCONE OCHRONIE ZDROWIA
SPRAWOM OPIEKI I UBEZPIECZENIOM SPOŁECZNYM

»A kto w początkach nie zabiega złemu

C Z E R W I E C

NUMER 6 ROK VII

Ten jest sam winien nieszczęściu swojemu«.

*Jan Kochanowski*

# SMOCZEK



Doprawdy, nie mogę tego znieść. Matki moich małych pacjentów wiedzą o tym dobrze. Ale babcie i ciocie niejednokrotnie wchodzą mi w drogę. Często na ulicy spostrzegam, że matki widząc mnie, chowają smoczki, a maleństwo nawet nie krzyczy, jakkolwiek mówi się, że nie potrafi być spokojne bez smoczka. To jest główny powód, zresztą rzadko prawdziwy. Jeżeli dziecko jest przyzwyczajone do ssania, to krzyczy kiedy mu się go odbiera.

Ssanie smoczka jest taką samą przyjemnością dla dziecka co palenie papierosów dla dorosłych, ma się coś w ustach, wargi mają coś do roboty, a żołądkowi zdaje się, że i na niego przyjdzie kolej. I jedno i drugie jest szkodliwe.

Jakąż to wielką szkodę przynosi smoczek?

Tak, gdyby go się nie znajdowało wszędzie! Na poduszce, pod kołderką...; to wszystko może być zupełnie czyste i nie byłoby nic złego, gdyby muchy nie lubiały także dotykać smoczka.

Czegóż ten smoczek szuka na stole, koło chleba z masłem, albo w szafie koło tytoniu ojca, lub koło kluczy..., spada on często na ziemię, tak w mieszkaniu jak i na ulicy, a potem czyści się go fartuchem a nawet chustką od nosa.

Wówczas, zanim matka włoży dziecku smoczek do buzi, jest on pełny zarazków. Czy niemożliwym jest, że znajduje się tam także zarazek dyfterii? Ale nie tylko jest on przyjacielem bakteryj i roznosicielem brudu, szkodzi on także karmieniu, szkodzi zębom. Ciągłe ssanie rozleniwia maleństwo, które nie chce potem samo pić. Smoczek jest także przeszkodą w rośnięciu zębów, które znajdując swoje miejsce zajęte, wyrastają krzywo.

Zdarzają się wypadki, zresztą rzadkie, kiedy smoczek jest polecony na krótki czas przez lekarza (po operacji). To jednak wyjątki, z reguły należy odrzucić smoczek.

A jeżeli dziecko już się przyzwyczaiło? Nie trzeba go odzwyczajać w sposób rozwlekły, ale odebrać go raz na zawsze. Początkowo dziecko krzyczy, ale wnet zapomina o fałszywym pocieszycielu, skoro go już raz z oczu straci.

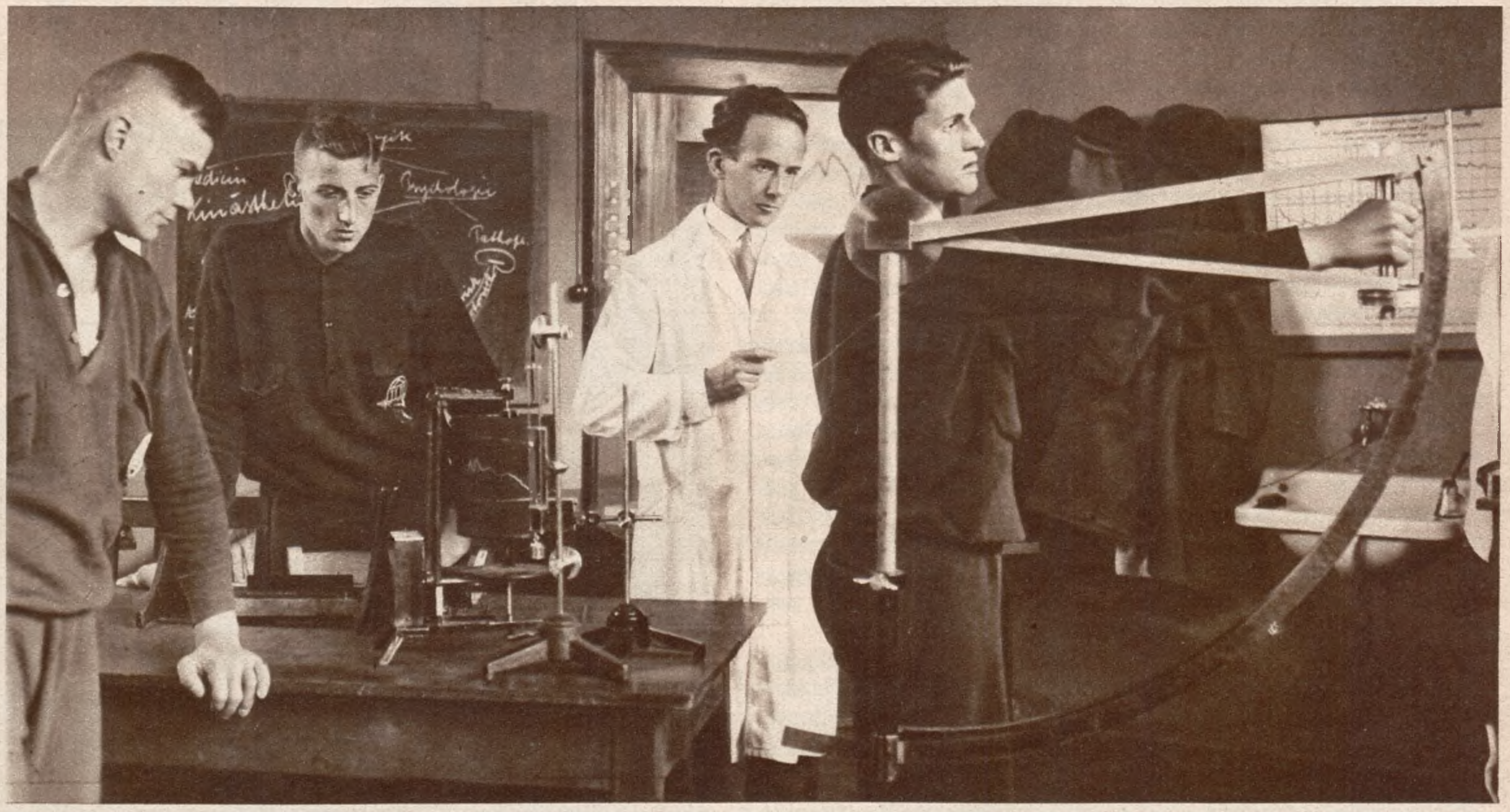
Starsze dziecko chętniej odrzuca smoczek, kiedy chce tym dowieść, że jest już „dorosłe".

Ale smoczek już nigdy nie powinien się dziecku ukazać, powinien być raz na zawsze zniszczony, np. można pozwolić dziecku samemu wrzucić smoczek do ognia lub wody. Wtedy boleść jest krótka. Ale widzieć smoczek a nie móc go wziąć, to niepotrzebna męczarnia.

Czy po oduczeniu ssania smoczka, weźmie dziecko palce do buzi?! Niekiedy, tak — w większej części wypadków — nie. Także ssanie palców ma swoje złe strony. Wszystko co było powiedziane o smoczku i zębach, wszystko to jest również niebezpieczne przy ssaniu palców. Ale smoczek jest mimo wszystko większym złem i dlatego: precz ze smoczkiem!

*Stary lekarz.*





# PORADNICTWO ZAWODOWE

Ongiś młody człowiek decydował o wyborze zawodu głównie na zasadzie swych zachcianek, ewentualnie uzdolnień, jakkolwiek nieraz nie zdawał sobie z nich sprawy dokładnie. Dziś podchodzimy inaczej do tego samego zagadnienia, dziś wiemy, że głos rozstrzygający powinien mieć psychotechnik i lekarz rzeczoznawca, którzy by nie tylko wzięli pod uwagę pozorne zdolności i przelotne zamiłowania, lecz zdali sobie sprawę i ocenili całokształt psychofizyczny młodego człowieka, wchodzącego w życie. Wśród starszego pokolenia spotykamy mnóstwo ludzi, którzy narzekają, że minęli się ze swym powołaniem. Istotnie, nie mogą oni sprostać zadaniom, które wzięli na siebie. Wynika to stąd, że w latach młodzieńczych nie zetknęli się z nikim, kto by zorientował się w ich psychicznym i fizycznym ustroju i udzielił im fachowej porady, przygotowanie szkolne bowiem, a nawet dobre świadectwa, nie są dostatecznym probierzem sił i zdolności.



Dziś rozumiemy, że już u progu życia, gdy zjawia się problem wyboru wyższej szkoły, a co za tym idzie wyboru ogólnego kierunku życiowego, trzeba się udać o radę nie tylko do nauczyciela, ale również do psychotechnika i lekarza. Linie wytyczne muszą uwzględniać rozwój duchowy i fizyczny, a nade wszystko rytm rozwoju, który może być powolny lub szybki, ciągły bądź przebiegający skokami. Lekarza zadaniem będzie stwierdzić, czy te zahamowania są dziełem przypadku, dającego się wyrównać, czy też wynikają z nieodwracalnych cech konstytucji. Nie należy też sumy zdobytych wiadomości szkolnych mięszać z ogólnym stanem rozwoju, dwa te momenty bowiem nie zawsze występują równolegle.

W życiu młodego chłopca lub dziewczyny istnieje jeden niezmiernie doniosły moment, na który lekarz zwrócić winien baczną uwagę — jest to okres dojrzewania płciowego. Okres ten decydujący nieraz o całym dalszym życiu, dobywa z podświadomych głębin psychiki siły i wartości nieoczekiwane, a zdanie sobie z nich sprawy jest donioślejsze niż zbadanie poszczególnych właściwości psychicznych. Wielu młodocianych osobników przeżywa ten okres w poważnej rozterce duchowej, która może wpłynąć i na stan zdrowotny. Lekarzowi łatwiej jest niż komu innemu przyjść młodzieży z pomocą, tym bardziej, że on jeden jest zdolny ocenić, czy w rozterce tej nie kryją się zadatki przyszłych poważnych chorób, np. histerii lub schizofrenii itd. Jego rozumna i przewidująca diagnoza, a stąd wynikająca porada, może wytoczyć drogę życia i niejednemu młodzieńcowi, czy dziewczynie oszczędzić wielu zawodów i rozczarowań.

*Dr Bogdan Mariański*

# KOBIETY A SPORT

Nie tak dawne to były czasy, kiedy kobiety chodziły poubierane od stóp do głów w ciężkie, powłóczyste i niehigieniczne suknie, pełne falbanek, ryszek i ozdóbek. Ciało ściśnięte długim i mocnym gorsetem, nie mogło się swobodnie rozwijać i oddychać, głowa przystrojona wyszukaną fryzurą, ledwo unieść mogła ciężar ogromnych kapeluszy! Jakżeżby w tych warunkach można było marzyć nawet o swobodnych ruchach, chodzie, a cóż dopiero mówić o sporcie! Jedyną dostępną wtedy rozrywką sportową — (do sportu w całym tego słowa znaczeniu, dopiero później znalazła kobieta wstęp) — dla kobiet, była ślizgawka i dla nielicznych wybranych jazda konna.

Przyjrzyjmy się jednak fotografiom sprzed lat kilkudziesięciu. Oto po lodzie mknie pani w suto fałdowanej, ciężkiej spódnicy, długiej do pięt, zesznurowana w pasie jak osa, z twarzą zasłoniętą woalką. Amazonka na koniu podobnie wyglądała, siedząc do tego wszystkiego w niezdrowej pozycji, wykręcona bokiem do kierunku jazdy. Widok zaś pań z onych czasów, podążających do kąpieli, budzi w nas dzisiaj szczery śmiech i wesołość. Gdzież do tego ciała szczelnie przykrytego alpagowymi kostiumami, z majtkami sięgającymi kostek — gdzież miało dostęp słońce, powietrze, woda, te trzy czynniki zdrowego rozwoju człowieka?!

Jakże daleko odeszła dziś kobieta od wszystkich przesądów, utrudniających jej swobodne poruszanie się i korzystanie z dobrodziejstw racjonalnie pojętego sportu. Zostawiła te przesądy za sobą, jak więzy krępujące ją i weszła uśmiechnięta w dziedzinę dotąd dla niej zamkniętą, aby podzielić się z mężczyzną zwycięskimi osiągnięciami i laurami.

Jak szybko wyrównała dystans, dzielący do niedawna kobietę od mężczyzny, pokazała nam ostatnia Olimpiada. Najwyższe odznaczenia przywiozły nasze olimpijki — mężczyźni nie tylko nie dorównali im, ale nawet zostali tym razem daleko w tyle.








W każdej nieomal gałęzi sportu, kobieta zdobywa coraz lepsze wyniki.

Ale nie tylko o wynikach sportowych możemy i chcemy mówić.

Trzeba przede wszystkim podnieść nadzwyczajne znaczenie, jakie mądrze uprawiany sport ma dla zdrowia kobiety.

W zimie — narty. Dają możność hartowania się, rozwijania sprawności fizycznej w każdym kierunku, pokonywania trudności. Dają możność walki z przyrodą, możność wydzierania zazdrośnie skrywanych przez nią skarbów, pięknych widoków, niezapomnianych zakątków górskich, których by się nigdy może nie widziało, gdyby nie te dwie proste, gładkie deski, przyczepione do narciarskich butów.

W lecie — w lecie nie wiadomo co wybierać! Każda kobieta znaleźć może jakiś sport, odpowiadający jej warunkom fizycznym i materialnym. Czy to pływanie (rozwija racjonalnie mięśnie rąk, piersi, brzucha i nóg — jeden z najzdrowszych sportów dla kobiet) — czy to siatkówka, też stuprocentowo odpowiadająca fizycznym ich możliwościom. Wyrabia szybkość, lekkość, orientację i uwagę, zmusza do ruchów skoordynowanych i harmonijnych.

A lekka atletyka — skoki wzwyż, w dal, biegi, rzut dyskiem czy oszczepem — ileż sposobności do wykazania i ulepszenia swych wrodzonych zdolności i zamiłowań.

Zostają jeszcze dwa piękne sporty, tenis i jazda konna — oba jednak są kosztowne i dlatego dla szerszego ogółu niedostępne.

A przecież trzeba, żeby właśnie jak najwięcej kobiet było na placach gimnastycznych i stadionach sportowych. Trzeba, żeby jak najwięcej z nich zrozumiało, że sport da im dobre samopoczucie, wypełni je radością życia. Młode dziewczęta jak i kobiety poważniejsze. zajęte pracą domową czy zawodową, powinny poświęcić choćby cząstkę swego wolnego czasu, na dbanie o siły, zdrowie i sprawność swego ciała, gdyż to pozwoli im lepiej spełniać obowiązki życia codziennego.

Sport dla wszystkich! — oto właśnie hasło, pod którego radosnym wezwaniem mogą dzisiejsze kobiety wstępować na szeroką, szczęśliwą drogę, wiodącą je do zdrowia.

*Z. H.*



# Natura jest najlepszym lekarzem

Medycyna współczesna wkracza coraz bardziej na drogę profilaktyki; ideałem jej jest nietyle leczenie chorób, ile zapobieganie im przez wytworzenie pewnego systemu życia, zgodnego z prawami przyrody. Jest to metoda wręcz przeciwna systemom uprawianym przez wiele lat ubiegłych. W ostatnich latach zmieniło się podejście do człowieka jako do obiektu psychofizycznego. Nie pytamy już jak wyleczyć chorego, lecz jakie mu stworzyć warunki, które by do choroby nie dopuściły i które by zapewniły mu normalny rozwój, pełnię zdrowia i możność wykorzystania naturalnych sił i uzdolnień.

Leczenie więc dzisiaj powinno zaczynać się od ludzi zupełnie zdrowych, ale nawet wtedy gdy mamy do czynienia z organizmem, zagrożonym jakąś chorobą, powinniśmy szukać takiej metody, która by pozwoliła wzmocnić zagrożony organ i uregulować jego funkcje. Nie posiadamy specyficznych przepisów, których stosowanie mogłoby zapobiec chorobie, chodzi raczej o znalezienie systemu, który by uwzględnił potrzeby całego organizmu i dał mu siły do walki z nadciągającym niebezpieczeństwem. W tym celu należy poddać pacjenta szczegółowemu badaniu i stwierdzić jakie funkcje podlegają zaburzeniom lub zahamowaniom. Toteż u chorego podejrzanego np. o owrzodzenie żołądka, należałoby zbadać: jak działa jego skóra, jak przedstawia się układ krążenia i oddychania, jak funkcjonują narządy wydzielnicze, jak reaguje system nerwowy, jaką chory przyjął postawę psychiczną? Z tych danych dopiero oraz z informacji, dotyczących przebiegu dotychczasowego życia pacjenta można uzyskać podstawę do rozsądnego leczenia.

Ujęcie w ścisły system całego życia chorego jest jednym z zasadniczych zadań przyrodolecznictwa. Hippokrates już przed wielu wiekami powiedział: „Choroby nie spadają na nas niespodzianie jak błyskawice z jasnego nieba, są one raczej konsekwencją długotrwałych grzechów przeciw naturze; dopiero gdy grzechy te nagromadzą się, choroba wybucha z pozorną nagłością".





Rozmowa z chorym o jego pracy i trybie życia jest sprawą, której nie można lekceważyć, ponieważ często stanowi moment, oddziaływujący silnie na jego stan psychiczny. Chory łatwiej przezwycięży chorobę, gdy uświadomi sobie błędy higieny, które popełniał, ma to też nieoceniony wpływ na przyszłość. Należy mu wykazać, że i on podlega prawom przyrody, tak jak roślina, zwierzę i dziecko i że wyłamywanie się spod tych praw grozi jego życiu i zdrowiu. Trzeba mu wyjaśnić, że życie przeciętnego cywilizowanego człowieka odbiega daleko od norm, jakie mu narzuciła przyroda: skóra nasza zazwyczaj nie oddycha swobodnie, pozbawiona normalnych podniet, jakimi są światło i powietrze, płuca duszą się z braku tlenu, zmuszone do absorbowania powietrza przesyconego dymem i szkodliwymi wyziewami w mieszkaniach i warsztatach pracy, niedostateczne wyćwiczenie mięśni wpływa na zahamowanie obiegu krwi, pożywienie przeładowane tłuszczami, mięsiwem i solą kuchenną, ubogie w witaminy i w sole mineralne stanowi często niepotrzebny balast, obciążający układ trawienia.

U wielu ludzi obserwujemy ogólną poprawę i złagodzenie lokalnych cierpień, z chwilą gdy udało się im usunąć te szkodliwe wpływy cywilizacji, pojętej jednostronnie i nierozsądnie. Uregulowany i dostosowany do praw przyrody tryb życia w połączeniu z odpowiednią dietą pomnaża wielokrotnie siły organizmu i zwiększa jego odporność na wszelkie dolegliwości.

Z tej przyczyny światło, ruch, słońce, powietrze, sposób odżywiania się są niesłychanie doniosłymi momentami, które działają bezpośrednio na skórę i płuca, na obieg krwi, czynności nerek i jelit.

W praktyce wskazania lekarza profilaktyka sprowadzają się do następujących punktów:

W stosunku do skóry: światło, powietrze, kąpiele słoneczne, a w zimie lampy kwarcowe, sztuczne kąpiele świetlne, kąpiele powietrzne pokojowe.

W stosunku do płuc: dowóz czystego, świeżego powietrza, oraz głębokie oddychanie, ułatwiające dopływ powietrza do całych płuc.

W stosunku do nerek: unikanie nadmiernego obciążenia nerek, a zatem umiarkowany dowóz soli kuchennej, płynów, substancji drażniących i wytwarzających zbyt wiele moczanów.

W stosunku do układu trawienia: dieta lekko strawna, ułatwiająca normalną funkcję jelit.

W stosunku do całokształtu organów wydzielniczych: dostarczenie im odpowiednich podniet przez ruch na świeżym powietrzu, umiarkowane ćwiczenia itd.

W stosunku do układu krążenia: umiarkowane ćwiczenia cielesne, przechadzki, gimnastyka (ale tylko w razie przepisu lekarza), masaże, które zdrowsi mogą robić sobie sami, np. za pomocą szczotki, słabsi muszą jednak uciec się do pomocy masażysty, zmywania, natryski itd.

W stosunku do układu nerwowego: uregulowany tryb życia, przerwa w pracy, stosowne rozrywki, dające odprężenie nerwowe, stanowcze unikanie trucizn w rodzaju alkoholu i nikotyny.

Wszystkie te przepisy lekarz musi podać po dokładnym zbadaniu pacjenta. Nie wystarczą tu analizy i zabiegi kliniczne, trzeba jeszcze uwzględnić wiek, konstytucję, obciążenia dziedziczne, reakcje, dotychczasowy stan zdrowia i tryb życia. Uzyskane dane będą stanowić podstawę do dalszego traktowania pacjenta i udzielania mu odpowiednich wskazówek, te zaś niezawodnie przyczynią się do wzmocnienia jego sił i zwalczenia choroby, stojącej już u progu.

*Dr Kaz. Polny.*

# Kilka uwag o syfilisie

1. Syfilis (przymiot, kiła) jest to groźna choroba zaraźliwa, która rozwija się powolnie i może uszkodzić wszystkie części ciała.

2. Syfilis wywołuje pewien zarazek, widziany tylko przez silnie powiększające szkła i przenoszony z człowieka chorego na człowieka zdrowego przez stosunek płciowy, lecz nie wyłącznie i nie zawsze tą drogą. Zarazek ten (krętek blady) przedostaje się do ustroju człowieka przez nawet najmniejsze uszkodzenie, skaleczenie lub zatarcie na skórze, błonie śluzowej jamy ustnej lub narządów płciowych i po kilku tygodniach, rozmnożywszy się znacznie, wywołuje owrzodzenie (rankę) w miejscu wtargnięcia. Owrzodzenie to zwie się wrzodem twardym (szankrem twardym) i stanowi pierwszy okres (stadium) syfilisu.

3. Syfilis stopniowo rozwija się dalej, chociaż szankier twardy mógłby się zagoić samoistnie. Zjawia się wysypka na ciele, owrzodzenia w jamie ustnej, obrzęk gruczołów chłonnych pachwinowych, pachowych, łokciowych, szyjnych, gorączka, ból głowy, gardła i kości, chrypka, wypadanie włosów. Jest to drugi okres (stadium) syfilisu.

4. Syfilis nieleczony może po kilku latach i po ustąpieniu samoistnym objawów drugokresowych przejść w okres trzeci choroby, kiedy w ustroju tworzą się guzy (kilaki), które mogą niszczyć mózg, nerwy, kości, serce, wątrobę i inne narządy. Również u chorego może wystąpić wiąd rdzenia, paraliż postępujący, rozmiękczenie mózgu, co kończy się wariactwem i śmiercią.

5. Syfilis nieleczony może być przeniesiony na płód dziecka, zarówno przez ojca, jak i przez matkę. Jest on częstą przyczyną poronień, przedwczesnych i martwych porodów. Jeśli dzieci, zrodzone przez syfilityków nieleczonych, pozostają przy życiu, to jednak są one słabowite, kalekie, głuche lub ślepe i mogą być niebezpieczne dla otoczenia.

6. Syfilis jest nadzwyczaj zaraźliwy w pierwszym i drugim okresie choroby.

7. Syfilis jest najłatwiej uleczalny w pierwszym okresie, dość łatwo uleczalny w okresie drugim i może być wyleczony nawet w okresie trzecim.

8. Syfilis we wszystkich trzech okresach wymaga leczenia bardzo dokładnego i odpowiednio długiego. Specjalne badanie krwi (odczyn Wassermanna) niezmiernie ułatwia lekarzowi orientowanie się w postępowaniu leczenia.

9. Syfilis może być przypadkowo przeniesiony z osób chorych w pierwszym lub drugim okresie na osoby zdrowe przez pocałunek, zanieczyszczony ręcznik, fajkę, ustnik od papierosa, szklankę, łyżkę, widelec itp., lub karmienie piersią przez matkę syfilityczkę, względnie karmienie dziecka przez mamkę zdrową.

10. Syfilisem są zarażone prawie wszystkie zawodowe i potajemne prostytutki, czyli dziewczęta sprzedajne. By uniknąć możliwości zarażenia się syfilisem, należy stronić od obcowania z nimi.

Syfilis nie daje się wyleczyć w ciągu jednego tygodnia lub miesiąca. Osoba, chora na syfilis, winna leczyć się tak długo, póki lekarz na zasadzie oględzin chorego i badania krwi nie orzeknie o całkowitym wyleczeniu.

**Wskazówki osobiste dla chorego na syfilis.**

1. Dopóki trwasz w okresie zaraźliwym syfilisu, używaj wyłącznie własne naczynia stołowe (łyżka, nóż, widelec, szklanka). Gotuj je w gorącej wodzie po każdym użyciu.

Nie używaj szklanek w pijalniach publicznych, gdzie nie gotują naczyń po użyciu.

2. Przechowuj szczoteczkę i proszek do zębów oddzielnie od innych osób. Czyść co dzień zęby szczoteczką z proszkiem i płucz często usta. Przed leczeniem każ sobie zaplombować zęby i usunąć korzenie, lecz uprzedź dentystę o swej chorobie.

3. Używaj wyłącznie własną brzytwę i pędzel do golenia i nie pożyczaj ich innym osobom.

4. Myj się w oddzielnej miednicy i wannie, jeśli możliwe, jeśli zaś nie masz własnej, to po użyciu wyszoruj je szczotką z gorącą wodą i mydłem.

5. Używaj własnych ręczników.

6. Bieliznę swą i chustki do nosa wygotuj w gorącej wodzie przed oddaniem do pralni publicznej.

7. Pal zużyty materiał opatrunkowy z owrzodzeń (watę, bandaże).

8. Nie całuj nigdy nikogo i nie pozwalaj całować się przez innych.

9. Sypiaj oddzielnie i powstrzymuj się od stosunków płciowych.

10. Stosuj się do zleceń swego lekarza i nie przerywaj leczenia, póki lekarz na zasadzie oględzin i badania krwi nie orzeknie o twym wyleczeniu.

11. Nie zwracaj się o pomoc lekarską do znachorów, aptekarzy, lekarzy, reklamujących się w gazetach, lub osób, pokątnie zajmujących się leczeniem.

12. Pamiętaj, że za zarażenie osoby zdrowej syfilisem grozi ci kara od trzech do pięciu lat więzienia.

Wydawnictwo Ministerstwa Opieki Społecznej.

# KRONIKA

*Choroby zawodowe uprawniające do świadczeń Ubezp. Społ.* W wytycznych dla lekarzy rzeczoznawców w zakresie ubezpieczenia od wypadków i chorób zawodowych, Zakład Ubezpieczeń Społecznych wyjaśnił, że za choroby zawodowe w rozumieniu ustawy o ubezpieczeniu społecznym uważa się następujące choroby, jeżeli powstały przez zatrudnienie zawodowe w poniższych przedsiębiorstwach zakładach i gospodarstwach:

1) zachorowanie z powodu zatrucia ołowiem, jego związkami lub stopami — w przedsiębiorstwach i zakładach, w których zatrudnieni są wystawieni na działanie tych substancyj; 2) zachorowanie z powodu zatrucia rtęcią, jej związkami i amalgamatami w przedsiębiorstwach i zakładach, w których zatrudnieni są wystawieni na działanie tych substancyj; 3) zakażenie wąglikiem — w gospodarstwach rolnych, w przedsiębiorstwach i zakładach, w których zatrudnieni stykają się z chorymi zwierzętami lub zakażonymi przedmiotami.

Ustawa o ubezpieczeniu społecznym nie podaje pojęcia choroby zawodowej, definicję ogólną zaś w tym względzie zawiera rozporządzenie Prezydenta Rzeczypospolitej o zapobieganiu chorobom zawodowym i ich zwalczaniu. W myśl rozporządzenia, choroby zawodowe są to choroby ostre lub przewlekłe, powstające wskutek wykonywania pewnego zawodu, z istoty danej pracy lub z powodu warunków, w jakich się ona odbywa.

*Dzieci nieślubne mają również prawo do rent sierocych.* Do Ubezpieczalni Społecznych kierowane są niejednokrotnie zapytania o uprawnienia dzieci przybranych lub nieślubnych w zakresie rent sierocych. Zakład Ubezpieczeń Społecznych wyjaśnił, że renta sieroca przysługuje tym dzieciom na równi z dziećmi ślubnymi. Dzieci przybrane mają prawo do rent sierocych, jeśli zostały przybrane przed powstaniem prawa do renty i jeśli nie mają prawa do renty po ojcu lub po matce. Dzieci nieślubne mają w stosunku do matki te same prawa, jakie przysługują dzieciom ślubnym; w stosunku zaś do ojca, tylko w tym wypadku, jeśli ojcostwo zostało już za życia ojca sądownie uznane i ubezpieczony łożył na utrzymanie dzieci, a w razie gdy dziecko zrodziło się dopiero po śmierci ojca, jeśli ojcostwo zostało ustalone sądownie.



# ODPOWIEDZI REDAKCJI

*Do Czytelników.* Odezwa nasza w poprzednim numerze nie została bez echa. Dostaliśmy szereg listów, z których podajemy wyjątki i odpowiadamy na pytania.

*Pan I. M. Kraków.* Pisze Pan: „Podoba mi się myśl zawiązania „Towarzystwa Przyjaciół Zdrowia". Chciałbym należeć do niego, bo nieraz człowiek ma różne zapytania — a trudno z tym do lekarza iść, jak się jest właściwie zdrowym. Przesyłam pozdrowienia dla Redakcji i innych członków „Tow. P. Zdrowia". Z radością przyjmujemy Pana do grona Tow. P. Zdrowia i dziękujemy serdecznie za pozdrowienia.

*Pani Maria K. Skawina.* Zapytuje Pani o racjonalne odżywianie dziecka. W ostatnim numerze „Drogi do Zdrowia" (nr 5) znajdzie Pani obszerny artykuł na ten temat.

*Pani Józefa T. Kraków, Wola Justowska.* Ubolewa Pani nad zwinięciem poradni dla dziecka i matki, która przez parę lat istniała w Woli Justowskiej i pracowała ku wielkiemu zadowoleniu Matek. Jak nas poinformowano — stało się to z powodu braku funduszów na utrzymanie poradni. Może matki odczuwające brak tej instytucji naradzą się nad możliwościami jej wskrzeszenia. Może gdyby wprowadzić jakąś małą opłatę za udzielanie porad — dałoby się poradnię utrzymać. Należy w każdym razie zwołać zebranie matek (może w którejś z kobiecych organizacji?) i złożyć prośby oraz plany pomocy dla Poradni w Dyrekcji U. S. oraz w Międzykom. Zw. Op. Społ. w Kr. Dunajewskiego 5.

**WARUNKI PRENUMERATY:** z przesyłką poczt. rocznie 2 zł. numer pojed. 20 gr. Redaktor odpowiedzialny: Dr. Władysław Medyński. Wydawca: Ubezpieczaln Społeczna w Krakowie. Adres Redakcji i Administracji: „Droga do Zdrowia" Kraków ul. Batorego 3. Telef. 150-80. — Drukarnia Narodowa w Krakowie